

**Vitamin D₃ unterstützt u.a.
die normale Funktion des
Immunsystems.*

*Sonnenvitamin D₃–
für Ihr Immunsystem**

Vitamin D₃ + K₂

Bring **Sonne** in Dein **Leben!**



Dr. Jacob's®

Was ist an Vitamin D so besonders?

Die Ernährung spielt bei der Versorgung mit Vitamin D nur eine kleine Rolle. Den Großteil des Vitamins bildet unser Körper bei ausreichender Sonneneinstrahlung in der Haut selbst. Bei unzureichender Sonnenbestrahlung reichen die körpereigene Bildung und die Zufuhr über Lebensmittel häufig nicht aus. Hinzu kommt, dass im Alter die körpereigene Produktion des Sonnenvitamins nachlässt.

88% der Deutschen haben keinen guten Vitamin-D-Spiegel

Führende Wissenschaftler empfehlen einen **Vitamin-D-Spiegel im Blutserum von über 75 nmol/l (30 ng/ml)**.¹ Diesen Wert erreichen im Jahresdurchschnitt nur 12% der deutschen Bevölkerung. Im Winter sind es sogar weniger als 5%.²

Wer sollte besonders auf seinen Vitamin-D-Spiegel achten?

- Personen, die sich tagsüber in geschlossenen Räumen aufhalten (z. B. Büroarbeit)
- Personen, die Sonnenschutzmittel verwenden
- Personen mit dunkler Hautfarbe
- Frauen in und nach der Menopause
- Alle Senioren (ab 60 Jahren), insbesondere bei Bettlägerigkeit
- **In den Monaten Oktober bis März jeder!**

Für Knochen, Muskeln und Immunsystem

Vitamin D₃ trägt zu den folgenden normalen Körperfunktionen bei:

- **Immunsystem**
- **Erhaltung von Knochen & Zähnen**
- **Erhaltung der Muskelfunktion**
- **Zellteilung**

Wie viel Vitamin D wird empfohlen?

Bei fehlender körpereigener Vitamin-D-Bildung empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) für Erwachsene und Kinder ab 1 Jahr eine tägliche Zufuhr von 20 µg (800 I.E.) Vitamin D sowie für Säuglinge (0 bis 12 Monate) von 10 µg (400 I.E.) Vitamin D. Erreicht werden soll ein Blutspiegel von mindestens 50 nmol/l 25-OH-Vitamin D (entspricht 20 ng/ml).

Um die genannten guten Blutspiegel von über 75 nmol/l zu erreichen, sollten ab 70 Jahren laut der renommierten US-Ärztegesellschaft für Altersmedizin täglich 100 µg (4000 I.E.) Vitamin D aufgenommen werden. Diese Menge Vitamin D (aus allen Quellen) stuft die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) für Personen ab 11 Jahren bei täglicher Aufnahme als sicher ein.

Wie viel Vitamin D Sie persönlich benötigen, hängt von individuellen Faktoren wie z. B. Zeitpunkt und Dauer von Sonnenaufenthalt, Alter, Gewicht und Hautfarbe ab. Am besten bestimmen Sie regelmäßig Ihren Vitamin-D-Wert beim Arzt, Heilpraktiker oder per Selbsttest.

¹Holick et al. J Clin Endocrinol Metab (2011) 96(7):1911-30.

²Rabenberg et al. BMC Public Health (2015) 15:641; Guter Vitamin-D-Spiegel nach 1.



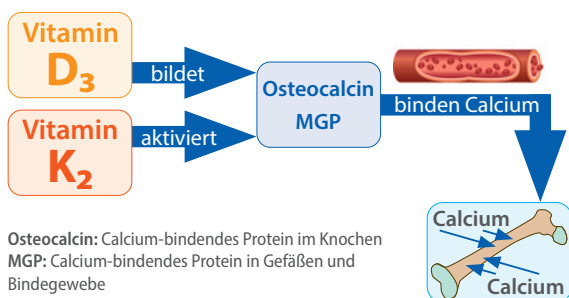
Wofür brauchen wir Vitamin K₂?

Vitamin K ist für die Aktivierung zahlreicher Proteine notwendig. Entscheidende chemische Reaktionen können ohne das Vitamin nicht ausgelöst werden; die Proteine bleiben inaktiv und damit wirkungslos. So trägt Vitamin K beispielsweise zur normalen Blutgerinnung bei.

Die Synergie für Ihre Knochen

Vitamin K₂ ist im Zusammenspiel mit Vitamin D₃ für die Erhaltung normaler Knochen sehr wichtig. Vitamin D bewirkt in den Osteoblasten (Zellen für den Knochenaufbau) die Bildung von Osteocalcin. Osteocalcin ist das calcium-bindende Protein im Knochen. Vitamin K aktiviert das Osteocalcin, sodass Calcium in die Knochensubstanz eingebaut werden kann.

Vitamin K₂ aktiviert auch MGP, das zentrale Calcium-bindende Protein in Bindegewebe und Gefäßwänden.



Für Knochen und normale Blutgerinnung

Vitamin K₂ trägt zu folgenden Körperfunktionen bei:

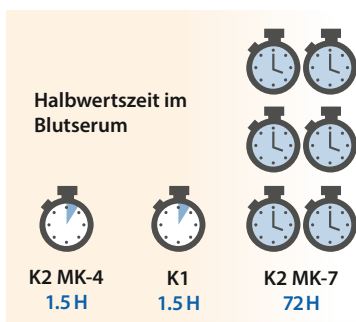
- **Erhaltung normaler Knochen**
- **normale Blutgerinnung**

Die deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt eine tägliche Aufnahme von 60–80 µg Vitamin K pro Tag. In unserer Nahrung, vor allem in grünem Blattgemüse, ist Vitamin K₁ enthalten. Dieses hat eine kurze Halbwertszeit von nur 1,5 Stunden und muss daher regelmäßig aufgenommen werden.

K₂: Hohe Bioverfügbarkeit und maximale Wirkdauer

Vitamin K₂ wird im Gegensatz zu Vitamin K₁ in der deutschen Ernährung kaum aufgenommen. Dabei ist K₂ in Form von langkettigem Menachinon-7 (all-trans MK-7) besonders gut bioverfügbar und mit einer Halbwertszeit von 72 Stunden sehr lange im Körper stabil (etwa 50-mal länger als K₁). Dadurch ist es möglich, wirkungsvolle Blutspiegel an Vitamin K aufzubauen, sodass das Vitamin seine Wirkung im ganzen Körper entfalten kann.

Zur Nahrungsergänzung sind Mengen sinnvoll, wie sie über die Ernährung aufgenommen werden: 60–80 µg Vitamin K₂ pro Tag. Höhere Dosierungen von 180 µg täglich erwiesen sich in klinischen Studien als wirkungsvoll.



Dr. Jacob's Vitamin Öle – Ihre Vorteile:

- ✓ **Vitamine aus Europa in Arzneibuchqualität**
- ✓ **Herstellung in Deutschland**
- ✓ **Sehr gutes Preis-Dosis-Verhältnis**
(640 Tropfen pro Flasche)
- ✓ **Optimale Bioverfügbarkeit:**
fettlösliche Vitamine auf Öl-Basis
- ✓ **Vitamin K₂ als Menachinon-7 (all-trans MK-7)**
- ✓ **Optimale Langzeitstabilität**
durch die natürliche Vitamin E-Familie
- ✓ **Einfach dosierbar dank Pipette**
für die ganze Familie
- ✓ **Vegetarisch¹; vegan (Vitamin K₂)**

Keine unnötigen Zutaten

Dr. Jacob's Vitamin Öle enthalten ausschließlich:

- Stabiles MCT-Öl (mittelkettige Triglyceride aus Kokosöl) als Trägeröl
- Natürliche Tocopherole (Vitamin E) für zusätzliche Langzeitstabilität
- Die jeweiligen Vitamine

Alle Vitamine Öle von Dr. Jacob's sind ohne Gluten, Laktose, künstliche Aromen, Farb- und Konservierungsstoffe. Alle Zutaten stammen aus der EU.

Vitamin D aus Wollfett

¹ Das in Dr. Jacob's Vitamin Ölen verwendete Vitamin D₃ wird durch UV-Bestrahlung von Wollwachs (Lanolin) gewonnen, das aus der Schafswolle lebender Tiere stammt. Da die Schafe zur Wollherstellung geschoren werden, fällt Lanolin als Nebenprodukt an.

Die für die Vitamin-D-Herstellung benötigte Menge Lanolin ist verschwindend gering: Für eine Flasche Dr. Jacob's Vitamin D₃ Öl werden nur ca. 0,02 g Lanolin verwendet.



Welches Vitamin-Öl soll ich nehmen?

Zur Unterstützung der normalen Funktion des Immunsystems empfehlen wir **Dr. Jacob's Vitamin D₃ Öl forte**.

Für die optimale Unterstützung der Knochen empfehlen wir die gemeinsame Einnahme der Vitamine D₃ und K₂. **Vitamin D₃K₂ Öl forte** liefert beide Vitamine in praktischer Kombination und in sinnvollem Verhältnis.

Vitamin K₂D₃ Öl ist unsere Empfehlung für alle mit einem erhöhten K₂-Bedarf, insbesondere bei besonderen Belastungssituationen ab 50 Jahren. Mit **Vitamin D₃ Öl (forte)** und **Vitamin K₂ Öl** lassen sich die Vitamine – z. B. auf Anraten des Arztes – nach Wunsch kombinieren.

Vitamin D₃ Öl und **Vitamin D₃K₂ Öl** sind die Basis-Versorgung für die ganze Familie und auch für Kinder optimal geeignet.

Vitamin DEKA Öl versorgt Sie zusätzlich zu den Vitaminen D₃ und K₂ mit den Vitaminen A und E. Vitamin A unterstützt das Immunsystem in seiner normalen Funktion und trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute (Darm, Atemwege) bei. Vitamin E in Form natürlicher Tocopherole trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.

Vitamin D₃ Öl

Das Sonnenvitamin in Tropfenform

- ✓ 20 µg (800 I.E.) Vitamin D₃ pro Tropfen
- ✓ Optimal dosierbar
- ✓ Für die ganze Familie – auch für Säuglinge*



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 10038446

A: PHZNR 4134795



Vitamin D₃ Öl forte

Vitamin D extra hochdosiert

- ✓ 50 µg Vitamin D₃ (2000 I.E.) pro Tropfen
- ✓ Für Erwachsene und Kinder ab 11 Jahren*



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 13784902

A: PHZNR 4766897



*Informationen zur Dosierung erhalten Sie auf Seite 3.

Vitamin D₃K₂ Öl

Basis-Versorgung für die ganze Familie

- ✓ 20 µg (800 I.E.) Vitamin D₃ +
20 µg Vitamin K₂ pro Tropfen
- ✓ Optimal dosierbar
- ✓ Für die ganze Familie – auch für Säuglinge*



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 11360196

A: PHZNR 4368406



Vitamin D₃K₂ Öl forte

Hochdosiertes D₃ + K₂

- ✓ 50 µg (2000 I.E.) Vitamin D₃ +
50 µg Vitamin K₂ pro Tropfen
- ✓ Für Erwachsene und Kinder ab 11 Jahren*



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 13978701

A: PHZNR 4799939



Vitamin K₂D₃ Öl

Bei erhöhtem K₂-Bedarf ab 50 Jahren

- ✓ 50 µg Vitamin K₂ (all-trans MK-7) +
25 µg Vitamin D₃ (1000 I.E.) pro Tropfen*

Warum höher dosiertes Vitamin K₂?

Wenn der Körper besonderen Belastungssituationen ausgesetzt ist oder altert, erhöht sich der Vitamin-K-Bedarf. So steigt auch der Schätzwert der Deutschen Gesellschaft für Ernährung für eine angemessene Vitamin-K-Zufuhr ab einem Alter von 50 Jahren deutlich an.



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 17565574

A: PHZNR 5476931



Vitamin K₂ Öl

Individuell kombinierbar mit D₃

- ✓ 20 µg Vitamin K₂ pro Tropfen
- ✓ Bis zu 9 Tropfen täglich



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 11648046

A: PHZNR 4406874



*Informationen zur Dosierung erhalten Sie auf Seite 3.

Vitamin DEKA Öl

Für Immun- und Schleimhaut-Schutz¹

- ✓ Gut für Immunsystem und Schleimhäute (Darm, Atemwege)¹, Zellschutz² und Knochen³
- ✓ Alle fettlöslichen Vitamine in 1 Tropfen*:
 - 20 µg (800 I.E.) Vitamin D₃
 - 12 mg natürliche Tocopherole (4 mg Vitamin E)
 - 20 µg Vitamin K₂ (MK-7)
 - 240 µg Vitamin A

Die Vitamin-Synergie für Ihr Immunsystem¹

Dr. Jacob's Vitamin DEKA Öl liefert alle fettlöslichen Vitamine in einer sinnvoller Dosierung und bietet optimalen Immun- und Schleimhaut-Schutz¹. ³Vitamin D₃ und K₂ unterstützen synergistisch die Erhaltung normaler Knochen. ²Vitamin E trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.



¹Vitamin A unterstützt die Erhaltung der normalen Sehkraft, die normale Funktion des Immunsystems (u. a. Bildung und Aktivierung vieler Immunzellen) und trägt zur Erhaltung der Haut und Schleimhäute (Darm, Atemwege) bei. Die moderate Vitamin-A-Dosierung gewährleistet eine auf Dauer sichere Anwendung.

Die maximale tägliche Dosierung von Vitamin A (aus allen Quellen), die langfristig als sicher eingestuft wird, liegt laut EFSA für Erwachsene bei täglich 3000 µg RE (Retinoläquivalent).



640 Tropfen

20 ml

D: PZN 14366124

A: PHZNR 4892248



Unsere Vitamin-Öle



Dr. Jacob's
Vitamin
D₃ Öl



Dr. Jacob's
Vitamin
D₃ Öl *forte*



Dr. Jacob's
Vitamin
D₃K₂ Öl

Durchschnittswerte
pro:

1 Tropfen

1 Tropfen

1 Tropfen

Vitamine

Vitamin D ₃	20 µg (800 I.E.)	50 µg (2000 I.E.)	20 µg (800 I.E.)
Vitamin K ₂ (all-trans- Menachinon-7)	–	–	20 µg
Vitamin A	–	–	–
Vitamin E	–	–	–

Weitere Zutaten

Basis: MCT-Öl (Kokos)	ja	ja	ja
Tocopherolhaltige Extrakte (natürliches Vitamin E) als Anti- oxidationsmittel	ja	ja	ja

Produkteigenschaften

Anwendung**	1 Tropfen täglich	1 Tropfen täglich	1 Tropfen täglich
Vegetarisch / vegan	vegetarisch	vegetarisch	vegetarisch

Verpackung / Einheit

Darreichung	Tropfen	Tropfen	Tropfen
Inhalt	20 ml	20 ml	20 ml
Portionen	640 Tropfen	640 Tropfen	640 Tropfen
PZN	10038446	13784902	11360196
PHZNR	4134795	4766897	4368406

*RE = Retinoläquivalent; α-TE = D-α-Tocopheroläquivalent

**Alle Produkte in diesem Flyer erhalten Sie mit der angegebenen
PZN/PHZNR auch in Ihrer Apotheke.**



**Dr. Jacob's
Vitamin
D₃K₂ Öl forte**

**Dr. Jacob's
Vitamin
K₂D₃ Öl**

**Dr. Jacob's
Vitamin
K₂ Öl**

**Dr. Jacob's
Vitamin
DEKA Öl**

1 Tropfen

1 Tropfen

1 Tropfen

1 Tropfen

50 µg
(2000 I.E.)

25 µg
(1000 I.E.)

–

20 µg
(800 I.E.)

50 µg

50 µg

20 µg

20 µg

–

–

–

240 µg RE*

–

–

–

4 mg α-TE*

ja

ja

ja

ja

ja

ja

ja

ja als
Vitamin-
quelle

1 Tropfen
täglich

1 Tropfen
täglich

bis zu
6 Tropfen
täglich

1 Tropfen
täglich

vegetarisch

vegetarisch

vegan

vegetarisch

Tropfen
20 ml

Tropfen
20 ml

Tropfen
20 ml

Tropfen
20 ml

640 Tropfen

640 Tropfen

640 Tropfen

640 Tropfen

13978701

17565574

11648046

14366124

4799939

5476931

4406874

4892248

**Bitte beachten: Bei Einnahme von Vitamin-K-Antagonisten (Gerinnungshemmer vom Cumarin-Typ) muss eine Absprache mit dem Arzt erfolgen! Vor der Einnahme von Vitamin D sollten Menschen mit Nierenproblemen, erhöhtem Calciumspiegel (Blut oder Urin) oder Neigung zur Nierensteinbildung den Arzt befragen.

Mineralstoffe sind die idealen Partner von Vitamin D₃ und K₂

Die Mehrheit der Deutschen ist unterversorgt

Wer viel Gemüse und Obst isst, nimmt viele Mineralstoffe auf. Aber nur 10% der Deutschen erreichen die empfohlene Mindestmenge von 5 Portionen Gemüse und Obst am Tag.

Die lebenswichtigen Mineralstoffe Kalium, Calcium und Magnesium kommen in der typischen deutschen Ernährung deshalb zu kurz: 55% der deutschen Frauen nehmen zu wenig Calcium auf, 28% zu wenig Magnesium und über 75% zu wenig Kalium.

Bei Stress ist eine mineralstoffreiche Ernährung besonders wichtig.

Calcium

Calcium spielt gemeinsam mit den Vitaminen D₃ und K₂ eine Schlüsselrolle für die Erhaltung normaler Knochen. Vitamin D₃ unterstützt die normale Aufnahme und Verwertung von Calcium, das dank Vitamin K₂ in die Knochen eingelagert werden kann. Aufgrund der engen Zusammenarbeit im Knochenstoffwechsel, sollte **Calcium zusammen mit den Vitaminen D₃ und K₂** ergänzt werden.

Magnesium

Weniger bekannt als Calcium, aber genauso **wichtig für die Knochenhaltung** ist Magnesium. Magnesium spielt eine zentrale Rolle bei der Funktion von über 300 Körperenzymen. Der essentielle Mineralstoff ist u. a. Kofaktor der zwei Proteine, die aus Vitamin D₃ die aktive Vitamin-D-Form Calcitriol bilden.

Kalium

Kalium ist das Hauptmineral, nicht nur in Gemüse und Obst, sondern auch in unseren Körperzellen. Es hat eine zentrale und oft unterschätzte Gesundheitswirkung.

Kalium unterstützt die normale **Funktion der Nerven und Muskeln** sowie – besonders wichtig – die **Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks**.

Dr. Jacob's Basenpulver *pur*



36 Portionen

200 g

D: PZN 18914982

A: PHZNR 5816976

- ✓ 98 % Citrat- und Laktat-Mineralstoffe: Kalium, Magnesium, Calcium und Zink
- ✓ Gut für Knochen und Muskeln, Nerven, normalen Blutdruck, Energie und weniger Müdigkeit¹
- ✓ Unterstützt schöne Haut, volles Haar und feste Nägel¹
- ✓ Keine Zusätze: ohne Natrium, Laktose, Zucker, Süßstoffe, Füllstoffe und Aromen; vegan

Die Mineralstoff-Zusammensetzung von Dr. Jacob's Basenpulver *pur* orientiert sich am Vorbild von Gemüse und Obst. So sorgt es für einen gezielten Ausgleich der typischen Mineralstoffdefizite und Säurelast (PRAL).²

¹Die in Dr. Jacob's Basenpulver *pur* enthaltenen Nährstoffe tragen zu folgenden normalen Körperfunktionen bei:

- **Knochen und Zähne** erhalten – mit Calcium, Magnesium, Vitamin D
- die **Muskelfunktion** und das **Nervensystem** unterstützen – mit Kalium, Magnesium
- einen **normalen Blutdruck** aufrechterhalten – mit viel Kalium und wenig Natrium
- **Erschöpfung mindern** und den **Energiestoffwechsel** unterstützen – mit Magnesium
- die **Verdauungsenzyme** unterstützen – mit Calcium
- **Nägel, Haut und Haare** erhalten – mit Zink
- den **Säure-Basen-Stoffwechsel** unterstützen – mit Zink



²Nationale Verzehrsstudie 2 (MRI 2008)

PRAL-Wert = potentielle Säurebelastung der Nieren

„Wissen im Dienste Ihrer Gesundheit“

So lautet unser Motto seit 1997. Sicher, zuverlässig, wirkungsvoll – nach diesen Kriterien entwickeln wir als Apotheken-Marke seit über 25 Jahren Nahrungsergänzungs- und Lebensstil-Konzepte. Dabei übernehmen wir Verantwortung für Mensch, Tier und Natur.

Wussten Sie, dass unsere Gesundheitsmittel ...

- in Deutschland mit hochwertigen, möglichst natürlichen und pflanzlichen Zutaten hergestellt werden?
- unter der regelmäßigen Kontrolle unabhängiger Labore stehen?
- nach Prinzipien der Ethik und Nachhaltigkeit entwickelt und produziert werden?

Mehr Infos: www.DrJacobs.de/unternehmen

Wie wir mit Ihrer Hilfe helfen: www.DrJacobs.de/wirhelfen



Die Firmengründer Dr. K. O. Jacob[†] und Dr. L. M. Jacob. Ihr Grundmotto: Primum nihil nocere, secundum bene facere. Gutes bewirken, ohne zu schaden.



Kennen Sie schon Dr. Jacob's ganzheitlichen Gesundheits-Check?

www.drjacobs.de/gesundheitscheck



KKVVK – Stand 20.03.25 © Copyright 2024 Dr. Jacob's Medical
Auf 100 % Recyclingpapier gedruckt.

Dr. Jacob's Medical GmbH

Platter Straße 92 · 65232 Taunusstein · Telefon: 06128 97170

Fax: 06128 9717-350 · E-Mail: info@drjacobs.de · www.DrJacobs.de

Alle Pflichtangaben gem. LMIV (EU-VO Nr. 1169/2011), Art. 14, zu den Produkten in diesem Flyer erhalten Sie telefonisch oder in unserem Online-Shop: www.DrJacobs-Shop.de

www.vitamind3k2.de